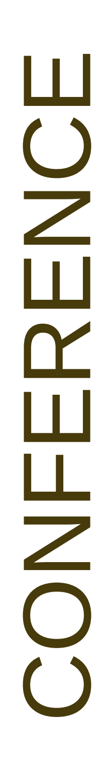
Frère Denis Borel csj



fraternités saint Jean
COUPLES

LA VIE DU COUPLE : SA GENESE, SES BLESSURES, SES REACTIONS FREQUENTES, LE ROLE DU PARDON[1]



Introduction

La beauté de la vocation du couple à l'amour : 1 Corinthiens 13,1-13
L'évidence de la nécessité du pardon dans le couple

1. Le point de départ du couple

Comment choisit-on son conjoint ?
Pourquoi le choisit-on ?
Qu'offre-t-on au conjoint le jour de son mariage ?

2. La croissance de la vie du couple

Un choix humain à la fois engagé et imparfait
La croissance dans l'amour
L'amour conjugal, un équilibre instable

3. Les besoins non satisfaits sont source de blessures

Typologie des besoins (J. Salomé)
Nous n'avons pas appris à exprimer nos besoins émotionnels

4. Le pardon dans le couple

Matthieu 18,21-35
Le pardon à la source de la vérité émotionnelle
Le pardon à l'école du Christ

Conclusion : Le pardon dans le couple est un chemin d'incarnation à la suite du Christ au cœur de l'Eglise.

---

[1] Conférence soirée des Frats couples en mars 2015 à la paroisse Notre Dame du Perpétuel Secours à Puteaux.

Introduction : L’évidence de la nécessité du pardon dans le couple

Dans le cadre du thème d’année des Fraternités Saint Jean Couples, cette conférence est la seconde d’un cycle de trois conférences qui complètent la journée de rentrée qui a eu lieu le 12 octobre 2014 à Versailles, suivie d’un week-end qui a eu lieu les 31 janvier et 1er février 2015 à Troussures sur le thème du pardon dans le couple.

Je voudrais vous relire l’hymne à la charité de Paul s’adressant aux Corinthiens pour éclairer notre propos de ce soir.

> 1 Quand je parlerais les langues des hommes et des anges, si je n'ai pas la
> charité, je ne suis plus qu'airain qui sonne ou cymbale qui retentit. 2
> Quand j'aurais le don de prophétie et que je connaîtrais tous les mystères
> et toute la science, quand j'aurais la plénitude de la foi, une foi à
> transporter des montagnes, si je n'ai pas la charité, je ne suis rien. 3
> Quand je distribuerais tous mes biens en aumônes, quand je livrerais mon
> corps aux flammes, si je n'ai pas la charité, cela ne me sert de rien. 4 La
> charité est longanime; la charité est serviable; elle n'est pas envieuse; la
> charité ne fanfaronne pas, ne se gonfle pas; 5 elle ne fait rien
> d'inconvenant, ne cherche pas son intérêt, ne s'irrite pas, ne tient pas
> compte du mal; 6 elle ne se réjouit pas de l'injustice, mais elle met sa joie
> dans la vérité. 7 Elle excuse tout, croit tout, espère tout, supporte tout. 8
> La charité ne passe jamais. Les prophéties? Elles disparaîtront. Les
> langues? Elles se tairont. La science? Elle disparaîtra. 9 Car partielle est
> notre science, partielle aussi notre prophétie. 10 Mais quand viendra ce
> qui est parfait, ce qui est partiel disparaîtra. 11 Lorsque j'étais enfant, je
> parlais en enfant, je pensais en enfant, je raisonnais en enfant; une fois
> devenu homme, j'ai fait disparaître ce qui était de l'enfant. 12 Car nous
> voyons, à présent, dans un miroir, en énigme, mais alors ce sera face à
> face. A présent, je connais d'une manière partielle; mais alors je
> connaîtrai comme je suis connu. 13 Maintenant donc demeurent foi,
> espérance, charité, ces trois choses, mais la plus grande d'entre elles, c'est
> la charité. (*1 Corinthiens* 13,1-13)

L’évidence de la nécessité du pardon dans le couple

A la lecture de cette page extraordinaire qui nous montre l’amour de Dieu à l’œuvre dans nos cœurs, aucun couple n’est à la hauteur de cette perfection de l’amour parce qu’aucun homme n’est parfait. Seul Dieu est parfait, seule la communion en Dieu est parfaite. Nous sommes des êtres en devenir, en attente de complétude, non seulement au long de notre pèlerinage terrestre, mais dans toute l’éternité également, d’une autre manière cependant.

1. Le point de départ du couple

Le point de départ évident du couple, c'est l'engagement réciproque des deux jeunes gens qui s’aiment pour fonder ensemble un foyer et donner la vie. Ce point de départ visible comporte également un point de départ invisible qu’il nous faut envisager également : c’est l’histoire de chacun dans sa construction personnelle, ses blessures à l’égard de

ses parents, ses attentes inconscientes, qu'il va lui falloir apprendre à verbaliser tout au long d'une vie à deux.

Comment choisit-on son conjoint ?

Celui ou celle que nous choisissons est celui qui donne sens à notre vie. Cependant les premiers moments du phénomène amoureux échappent pour une grande part à la fois à notre conscience et à notre volonté. Nous « tombons amoureux » – l'expression est symptomatique – de gens que nous ne choisissons pas a priori, et c'est lorsque nous sommes déjà amoureux, que nous ressentons un sentiment au fond de notre cœur, que nous prenons conscience que nous les aimons, et qu'éventuellement un choix personnel se construit.

Dans le choix du conjoint deux éléments interviennent, un élément inconscient et un élément conscient.

D'après Harville Hendrix[2], psychothérapeute américain spécialiste des crises de couples et fondateur d'une méthode thérapeutique éprouvée et également utilisée en France, la méthode Imago, nous choisissons *inconsciemment* un conjoint qui possède les traits de caractère que nous avons expérimentés auprès de nos parents nourriciers. Notre cerveau inconscient a en effet enregistré dès notre naissance les expériences relationnelles positives et négatives suscitées par nos parents. Et nous avons développé dès l'aube de notre vie inconsciente des stratégies de réponse positives et négatives à l'égard de ceux qui ont été nos parents nourriciers.

Mais nous choisissons également *consciemment* la personne avec laquelle nous désirons fonder un foyer, et c'est ce choix conscient qui rend notre décision morale. Le choix du conjoint est une décision morale parce qu'il implique l'intelligence spirituelle de l'homme et sa volonté, toutes deux capables de saisir un bien spirituel, et non déterminées seulement par des instincts et des passions. Le travail de l'inconscient ne s'oppose pas à celui de la conscience, il en est plutôt le soubassement et un élément incontournable dans l'intégration personnelle des différents éléments qui constituent l'homme.

Le choix de l'autre qui devient notre conjoint est donc à la fois celui de l'autre en tant que personne qui est un bien pour moi en m'apportant ce que je ne suis pas – choix conscient – et celui de l'autre *en tant que tel* – choix inconscient.

Pourquoi le choisit-on ?

Distinguons ici trois réponses : psychologique philosophique et théologique. *Du point de vue théologique* c'est-à-dire chrétien, nous choisissons l'autre pour l'aimer et cheminer avec lui ou avec elle vers la sainteté, c'est-à-dire vers la perfection de l'amour. *Du point de vue philosophique* ensuite nous choisissons l'autre pour nous donner à lui ou à elle et construire ensemble un projet de vie conjugale et familial. *Du point de vue psychologique* enfin nous choisissons inconsciemment

---

[2] *Le couple mode d'emploi*, Paris, Imago, 3ème édition, 2014.

l'autre à la fois parce qu'il nous ressemble et donc qu'il nous attire, et parce qu'il nous complète dans les lieux où nous avons été blessé.
Pour le dire autrement, nous choisissons l'autre parce qu'il est un bien à la fois conscient et inconscient qui nourrit tous les aspects différents de notre personnalité.

Qu'offre-t-on au conjoint le jour de son mariage ?

À cette question il faut donner une double réponse qui constitue une bonne et une mauvaise nouvelle. La *bonne nouvelle* est que nous offrons à l'autre le jour du mariage toutes les qualités de notre cœur afin de faire grandir la relation conjugale afin de permettre à l'autre de se nourrir de l'amour conjugal et de le rendre heureux. La *mauvaise nouvelle* est que nous lui offrons également tout ce dont nous n'avons même pas conscience et qui va parasiter notre relation conjugale dans toute la première phase de son développement, jusqu'à la maturité, où nous allons pouvoir mettre un mot sur des phénomènes, et construire des stratégies, à la fois de déconstruction d'un passé toxique, et de reconstruction en s'appuyant l'un sur l'autre, justement de ce qui est en moi a été abîmé dans mon histoire familiale pré-conjugale, et ce précisément pourquoi j'ai choisi l'autre, qui va pouvoir me reconstruire.

2. La croissance de la vie du couple

La vie du couple est structurée par ce qui fait son cœur : la réception et la transmission de l'amour[3]. L'amour entre deux personnes s'est noué dans un choix qui possède trois caractéristiques : engagé et imparfait, en devenir, en équilibre instable.

Un choix humain à la fois engagé et imparfait

Le choix du jour du mariage est certes un engagement mais il est aussi un premier pas. L'engagement est un choix volontaire qui nous lie à l'autre parce que nous le découvrons comme celui ou celle qui peut nous combler, les philosophes grecs diraient : « parce qu'il ou elle est un bien pour moi. » Cependant ce bien qu'est l'autre n'est pas une réalité matérielle qu'on peut posséder ou ne pas posséder. Il est une réalité spirituelle dynamique constamment en mouvement. C'est le dynamisme de l'amour de chacun des deux époux et la synergie qu'ils inscrivent dans leur vie de couple qui donne à leur amour conjugal ce dynamisme.

---

[3] Lemoine Paul, *Transmettre l'amour : l'art de bien éduquer*, Nouvelle Cité, Paris, 2007.

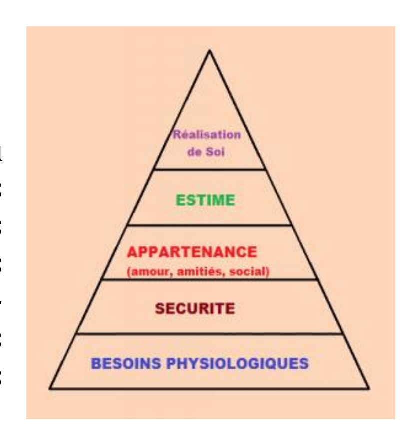
La croissance dans l'amour

Le jour de votre mariage, vous avez dit à votre conjoint : « Veux-tu être ma femme, mon mari ? » Et à la question de votre conjoint vous avez répondu : « Je le veux. Moi, je te reçois comme épouse/époux et je serai ton époux/ton épouse. Je promets de t'aimer fidèlement dans le bonheur et dans les épreuves tout au long de notre vie. »
Que les nouveaux conjoints aient cohabité ou pas avant leur mariage civil ou/et religieux ne change rien au fait que le mariage, par la communauté de vie et de responsabilité mutuelle qu'il instaure, crée une nouvelle situation de fait dans la relation des conjoints. Cette nouvelle situation, c'est la responsabilité quotidienne, en premier lieu l'un de l'autre, et ensuite à l'égard des enfants que nous avons choisi d'avoir. Le signe postmoderne que quelque chose change de la relation de ceux qui cohabitent déjà ensemble, et qui se marient, c'est qu'après le mariage, ils choisissent d'être ouvert à la vie, ce qui souvent n'était pas le cas auparavant. Ils ont acquis une nouvelle confiance dans l'avenir, l'un dans l'autre, et cette nouvelle confiance leur permet d'être ouverts au don de la vie, et à la responsabilité qui s'ensuit.

L'amour conjugal, un équilibre instable

La personne humaine est un vivant, toujours en devenir. Lorsque deux personnes font un chemin de vie commune la relation qu'ils construisent reste dans un équilibre instable : un *équilibre*, parce que l'engagement réciproque suscite une stabilité intérieure extérieure du couple, mais en équilibre *instable* parce que l'un et l'autre sont constamment en mouvement, et leur amour conjugal est donc également constamment en mouvement.
La difficulté relationnelle principale du couple est de ne pas savoir en temps réel ce que l'autre pense dans son intelligence et les sentiments qu'il éprouve dans son cœur. L'autre est autre et il le demeure toute une vie. Cependant la relation conjugale essaie de découvrir de plus en plus profondément qui est l'autre pour se mettre à son service et le rendre heureux. La communication conjugale est le vecteur principal par lequel les deux conjoints essaient de se dire l'un à l'autre ce qu'ils sont, ce qu'ils attendent de l'autre et ce qui les blesse dans le comportement du conjoint. Mais la relation est davantage que la communication, elle nous transforme dans ce que nous sommes, et non seulement dans ce que nous faisons nous disons à l'autre pour lui exprimer nos désirs et nos besoins. Ce sont d'abord les difficultés profondes relationnelles dans un couple qui sont à la source de difficultés de communication, et non pas les difficultés de communication qui sont la source de la difficulté du couple.

3. Les besoins non satisfaits sont source de blessures



Nos besoins ont une histoire. Si nous avons su les nommer et apprendre à vivre avec eux, ils sont au service de notre bonheur. Sinon ils deviennent source de souffrances profondes parce qu'en nous empêchant de devenir nous-mêmes, nous ne permettons pas à ces besoins naturels et profonds de s'exprimer pour nous rendre heureux.

Figure 1: Tableau des besoins selon A. Maslow

Typologie des besoins

Différents auteurs se sont exprimés sur la nature des besoins fondamentaux de la personne humaine comme Abraham Maslow[4] ou Virginia Henderson[5]. Des auteurs contemporains ont développé d'autres pyramides des besoins émotionnels. Ainsi Jacques Salomé distingue sept besoins émotionnels:

1. Besoin de se dire
La communication est pour l'homme une communication personnelle qui engage toute sa personne et non pas seulement son langage. S'exprimer implique de choisir les mots adaptés pour décrire une situation de joie, de conflit, d'angoisse. Lorsque l'autre pense savoir avant que j'aie fini ma phrase ce que je veux dire, je me sens profondément frustré de ne pas avoir pu exprimer avec mes mots à moi ce que je portais au fond de moi et que je souhaitais exprimer à ma manière. Chacun dans le couple a besoin de se dire à sa manière qui lui est unique.

2. Besoin d'être entendu
Nous avons besoin de percevoir que nos paroles sont reçues par notre interlocuteur ou notre conjoint avec le même poids que celui que nous y avons placé en les prononçant. En effet une parole humaine ne contient pas seulement un contenu verbal et intelligible, mais également un vécu émotionnel. Dire « je t'aime » en vérité après une dispute que l'on essaie de dépasser n'a pas le même poids que lorsque nous disons de manière cynique et peu assurée « je t'aime » alors que

---

[4] Abraham Maslow, « A Theory of Human Motivation » in : *Psychological Review*, N° 50, (1943), p. 370-396. Il développe ensuite davantage sa théorie dans la seconde partie de son ouvrage *Motivation and Personality*, Harper, NY, publié en 1954.

[5] Elle définit 14 besoins fondamentaux : Respirer ; Boire et manger ; Éliminer, se mouvoir et maintenir une bonne posture ; Dormir, se reposer ; Se vêtir et se dévêtir ; Maintenir sa température corporelle dans la limite de la normale ; Être propre ; Éviter les dangers ; Communiquer avec ses semblables (incluant la sexualité) ; Agir selon ses croyances et ses valeurs ; S'occuper en vue de se réaliser ; Se récréer ; Apprendre. Cf. Bertha Harmer, *Textbook of Principles and Practices of Nursing,* 4th edition, Macmillan Publishers, London, 1939.

le conjoint vient de trouver la lettre d'amour de l'amant(e).

3. Besoin d'être reconnu (tel que je suis)
Des expressions telles que « Tu es fou », « tu es méchante »… identifient celui qui pose une action déplacée avec son action. Elles nient ce que Karol Wojtyła appelle dans son ouvrage *Personne et Acte* la transcendance de la personne à l'égard de ses actes[6]. La personne est toujours davantage que chacun de ses actes, que celui-ci soit bon ou mauvais, – elle peut en effet poser un second acte bon après un premier acte bon, comme un acte généreux, ce qui signifie qu'aucun acte n'est en mesure d'épuiser la bonté qu'elle porte en elle – et elle attend d'être reconnue comme personne et non pas seulement comme auteur de tel ou tel acte.

4. Besoin d'être valorisé
La personne humaine possède en elle-même une dignité intrinsèque en tant que personne humaine, mais elle a également besoin d'être reconnue par ceux et celles qui l'entourent comme ayant de la valeur à leurs yeux, dans ce qu'elle fait et à travers cela dans ce qu'elle est.

5. Besoin d'intimité
Le nouveau-né découvre progressivement la distinction entre les plaisirs qui viennent de l'intérieur de lui (le plaisir de s'approprier les aliments en les mangeant, le plaisir intérieur suscité par un geste de tendresse parental), et ceux qui viennent de l'extérieur : les gestes d'attention, le soleil qui réchauffe… Il apprend la distinction entre l'extérieur et l'intérieur, entre les parties du corps qui sont les siennes (ses mains, ses pieds) et ceux qui ne sont pas les siennes (la patte du chien domestique, et même sa propre image dans le miroir). Il découvre son intimité personnelle, ce qui est à l'intérieur de lui et que personne ne peut lui ravir.

6. Besoin d'influencer, de créer
Chacun de nous s'exprime très personnellement dans ce qu'il fait et ce qu'il crée, selon l'activité prédominante du « cerveau droit » intuitif et artistique, alors que le « cerveau gauche » est davantage celui de la rationalité et du langage écrit.

7. Besoin de rêver
Nous ne vivons pas que dans l'instant présent, mais également dans le futur, dans l'avenir vers lequel nous nous projetons et qui nous tire en avant. La ligne du temps passé-présent-futur n'est pas statique, elle est dynamique et tendue vers le futur.
Quelle place donnons-nous à chacun de ces besoins au sein de notre couple ?

Nous n'avons pas appris à exprimer nos besoins émotionnels

---

[6] *Personne et acte*, Collège des Bernardins, Parole et Silence, Paris, 2011, p. 127-170. Cette expression de « transcendance » manifeste la volonté de l'homme qui est la source de l'autodétermination dans l'action : c'est *moi* qui décide de faire ou de ne pas faire cela.

Pour la plupart d'entre nous, nous n'avons pas appris à exprimer nos besoins émotionnels. La raison en est simple. Elle tient à la genèse de la satisfaction de nos besoins.
Pendant la grossesse de l'enfant, le moindre de ses besoins biologiques est satisfait immédiatement par le corps de sa mère sans qu'il ait eu besoin de l'exprimer. Pendant les six premiers mois de son existence, l'enfant n'a pas encore véritablement conscience d'être séparé de sa mère. Son rapport à l'autre fonctionne encore comme lorsqu'il était *in utero* : tous ses besoins réclament d'être immédiatement satisfaits. Ne possédant pas encore la parole, le seul langage d'expression de l'enfant est la colère qui s'exprime par des cris, pour attirer l'attention et inviter le parent à deviner ses besoins. L'adolescence n'aide pas non plus à exprimer ses besoins émotionnels parce que la nouveauté des émotions réclame d'abord de les apprivoiser en soi avant d'être capable de les communiquer.
Ensuite, lors de la parade amoureuse, les deux jeunes gens sont plus attentifs à répondre aux besoins de celui ou celle qu'ils aiment qu'à leurs propres besoins. Ayant choisi inconsciemment un ami/amant qui fonctionne comme mon inconscient est habitué à fonctionner, je n'ai pas eu besoin d'exprimer mes besoins émotionnels au début d'une relation, parce que l'autre savait comme par enchantement combler tous mes désirs… Le jeune couple a donc presque toujours omis d'expérimenter cette phase essentielle d'une relation adulte et qui réclame d'être capable d'exprimer ses besoins émotionnels de manière clairement compréhensible pour le conjoint, sans sous-entendus (understatement) et sans exagération (overstatement).
Lorsque nos besoins émotionnels ne sont pas satisfaits consciemment, nous vivons avec ce que les psychologues appellent un *moi renié* [7]: notre véritable personnalité est étiolée, et nous nous sommes construit un masque pour remplir nos obligations : nous sommes des hommes et des femmes de devoir, d'action, de service, au mépris de ce qui nous fait véritablement du bien. La caricature masculine du moi est l'image du pélican qui se perce la poitrine <au travail> pour nourrir sa progéniture, la caricature féminine est le « syndrome de Mère Teresa » : tout donner pour les autres en pensant que l'on n'existe pas pour soi-même. Mère Teresa a été donnée à l'Eglise comme un modèle de vie à imiter avec discernement, chacune de nous n'est pas appelée à la suivre à la manière dont elle a vécu…
Il y alors trois scénarii classiques autour de la non satisfaction des besoins :

- *Nous sommes toujours d'accord sur tout et ne nous disputons jamais.* De deux choses l'une : soit votre couple fait partie des *happy fews* qui a su nourrir les besoins émotionnels de l'autre de manière tellement intuitive que vous n'avez jamais eu besoin de verbaliser vos besoins affectifs. L'autre cas malheureusement plus fréquent est que vous vous êtes installés dans une « vie commune avec » davantage que dans une « vie pour » l'autre, qui demande constamment de se

[7] H. Hendrix, *op. cit.*, pp. 46-48.

dépasser et qui n'est donc jamais totalement ce que je voudrais vivre si je vivais seul avec moi-même.

- *Un désaccord surgit sur un point de détail*. Nous « prenons sur nous » pour ne pas réagir de manière disproportionnée. Les philosophes parleront de « vertu », qui est une force d'âme, et pour Aristote « une médiété – un moyen terme – entre deux extrêmes [8] qui sont des passions non mesurées par l'intelligence rationnelle et par la volonté capable de réguler les passions. En possession d'un moi renié, nous n'allons pas nous mettre en colère pour si peu, mais nous sommes blessés, et gardons la querelle en mémoire. Lorsque le ras-le-bol a atteint son seuil, nous nous disputons fortement au sujet d'une toute petite chose qui n'est alors pas la cause de la dispute, mais son catalyseur.
- *Une contrariété forte surgit dans le couple*. Si les deux membres du couple ne vivent que selon leur moi renié, parce qu'ils ne savent pas quels sont leurs besoins profonds, leur réponse à la contrariété est alors disproportionnée, parce que la dispute réveille ce qui a été source de blessure profonde dans l'enfance. Très souvent le conjoint ne comprend pas la cause de l'intensité de la violence ou de la colère qui s'exprime, parce qu'il ou elle ne connaît pas l'histoire de *cette souffrance particulière* dans le cœur de son conjoint.

4. Le pardon dans le couple

Il fallait ce long détour pour comprendre à quel stade de maturation du couple le pardon va s'inscrire pour permettre au couple de découvrir une véritable relation d'adulte.

Je vous rappelle l'évangile d'hier et ce que nous dit Jésus sur le pardon :

> 21 Pierre, s'avançant, lui dit: "Seigneur, combien de fois mon frère pourra-t-il pécher contre moi et devrai-je lui pardonner? Irai-je jusqu'à sept fois?" 22 Jésus lui dit: "Je ne te dis pas jusqu'à sept fois, mais jusqu'à 77 fois. 23 "A ce propos, il en va du Royaume des Cieux comme d'un roi qui voulut régler ses comptes avec ses serviteurs. 24 L'opération commencée, on lui en amena un qui devait 10.000 talents. 25 Cet homme n'ayant pas de quoi rendre, le maître donna l'ordre de le vendre, avec sa femme, ses enfants et tous ses biens, et d'éteindre ainsi la dette. 26 Le serviteur alors se jeta à ses pieds et il s'y tenait prosterné en disant: Consens-moi un délai, et je te rendrai tout. 27 Apitoyé, le maître de ce serviteur le relâcha et lui fit remise de sa dette.
> 28 En sortant, ce serviteur rencontra un de ses compagnons, qui lui devait cent deniers; il le prit à la gorge et le serrait à l'étrangler, en lui disant: Rends tout ce que tu dois. 29 Son compagnon alors se jeta à ses pieds et il le suppliait en disant: Consens-moi un délai, et je te rendrai. 30 Mais l'autre n'y consentit pas; au contraire, il s'en alla le faire jeter en prison, en attendant qu'il eût remboursé son dû. 31 Voyant ce qui s'était passé, ses compagnons en furent navrés, et ils allèrent raconter toute l'affaire à leur maître. 32 Alors celui-ci le fit venir et lui dit: Serviteur méchant, toute cette somme que tu me devais, je t'en ai fait remise, parce que tu m'as supplié; 33 ne devais-tu pas, toi aussi, avoir pitié de ton

[8] *Ethique à Nicomaque*, II, 6, 1106b 36-1107a1.

compagnon comme moi j'ai eu pitié de toi? 34 Et dans son courroux son maître le livra aux tortionnaires, jusqu'à ce qu'il eût remboursé tout son dû. 35 C'est ainsi que vous traitera aussi mon Père céleste, si chacun de vous ne pardonne pas à son frère du fond du cœur." (*Mt* 18,21-35)

Le pardon à la source de la vérité émotionnelle

Cette parabole est celle de la miséricorde de Dieu qui se traduit pour nous par l'invitation à un exercice authentique du pardon infiniment plus limité dans son exercice humain que la manière dont le Christ exerce Sa miséricorde à l'égard de chacun de nos cœurs. La distance entre l'intensité du pardon de la part du maître et l'égoïsme de celui à qui il vient de pardonner est flagrante et vise à nous interpeller.
Le pardon donné et reçu implique d'accoucher d'une double vérité sur soi :

Donner le pardon : accepter d'avoir été blessé parce que tu n'as pas répondu à mes attentes émotionnelles de la manière que j'attendais ou avec l'intensité d'engagement que j'attendais de toi. Accepter de ne pas te regarder seulement dans la lumière de l'action limitée que tu as posée à mon égard et qui m'a blessé, mais de regarder la blessure que tu m'a infligée dans la lumière de ce qui en toi est grand et me nourrit profondément.

Demander pardon : accepter de reconnaître la réalité de la blessure dont je suis la cause dans ton cœur à cause de la manière inappropriée dont j'ai agi.
Dans son ouvrage *Les langages de la réconciliation*, Gary Chapman montre que l'un des langages les plus profonds de l'amour est la demande de pardon assortie de la résolution de changer pour que la cause de la blessure et de la souffrance ne se reproduise pas[9]. Le pardon donné profondément lors d'une blessure profonde demande un engagement durable à aimer différemment. Il n'est pas seulement une parole qui sort de la bouche, il doit engager toute la personne dans une attitude de vie nouvelle et dans ses actes. Et le levier principal du « couple conscient »[10] est la conscience de sa propre imperfection radicale, de ses blessures qui demeurent, et de la nécessité de rendre l'autre gardien de mes lieux de fragilité plutôt qu'en position de toute-puissance pour s'en servir et me faire sentir ma fragilité.

Le pardon à l'école du Christ

Dans l'évangile de Luc le Christ nous invite au pardon :

« Soyez miséricordieux comme votre Père est miséricordieux. Ne jugez pas, et vous ne serez pas jugés ; ne condamnez pas, et vous ne serez pas condamnés. **Pardonnez, et vous serez pardonnés**. Donnez, et vous recevrez : une mesure bien pleine, tassée, secouée, débordante, qui sera versée dans votre tablier ; car la mesure dont vous vous servez pour les autres servira aussi pour vous. » (*Lc* 6,36-38)

---

[9] Gary Chapman, Jennifer Thomas, *Les langages de la réconciliation*, Farel, Marne-la-Vallée, 2008, pp. 65-96.
[10] Expression de Harville Hendrix dans la seconde partie de son ouvrage cité.

Pour nous manifester le caractère divin du pardon, Jésus place celui-ci à l'école de la miséricorde divine qu'il révèle présente dans le cœur de Dieu son Père : « Soyez miséricordieux comme votre père est miséricordieux. » Dans la mesure où Dieu nous donne un pardon qui est infini, puisque non seulement il pardonne, mais il ôte en nous la conséquence de la faute – condamnés par notre péché, nous devrions perdre l'intimité avec Dieu et Jésus nous donne part à son identité de Fils de Dieu –, le pardon qui vient de Dieu guérit la blessure de notre cœur en nous réapprenant à aimer d'un nouvelle manière, plus humble sur soi – nous connaissons mieux notre faiblesse si nous osons nous regarder nous-mêmes dans la lumière de Dieu –, et plus réaliste sur l'autre – nous connaissons mieux sa fragilité comme le revers du trésor de son cœur.
Malgré sa limite, le pardon humain participe de la même réalité rédemptrice efficace que la mort du Christ sur la Croix. Le pardon donné et reçu en vérité restaure en effet la bonté dans le cœur de celui qui nous a blessé ou que nous avons blessé, il ressuscite l'amour entre les deux personnes qui se demandent pardon et qui se donnent le pardon. Ainsi le pardon humain, à la petite échelle de notre capacité limitée d'aimer en vérité, devient à la fois un reflet de la miséricorde du Christ qui donne sa vie pour nous, et en même temps il réalise quelque chose que le Christ ne veut pas réaliser sans nous : Il veut que le pardon reçu dans le cœur de mon frère ou de ma sœur en humanité ait la couleur de mon pardon donné, afin que nos deux cœurs soient davantage unis comme le cœur de deux enfants qui se sont découverts l'un par l'autre comblés d'amour par le même Père céleste.

Les raisons de vivre du pardon
Humainement, en raison de l'amour qui implique de reconnaître les offenses et les blessures chrétiennement en raison de la charité déposée par le Christ dans nos cœurs.

Pardon et miséricorde
Quelle distinction pouvons-nous faire entre le pardon et la miséricorde ? Le pardon est un acte d'ordre humain ; la miséricorde est un acte d'ordre divin qui provient du cœur de Dieu notre Père, elle assume également un pardon humain. Le pardon et la miséricorde ont chacun un effet propre :

Le pardon au plan humain me conduit à apprendre à aimer l'autre à travers sa fragilité parce que sa fragilité le rend plus dépendant de mon aide ;

La miséricorde au plan chrétien me révèle que le Christ a donné sa vie pour moi pour m'apprendre à aimer comme il m'aime. Cet acte d'amour a été réalisé une fois dans le temps de la vie du Christ, mais il reste actuel dans son efficacité :

L'alliance de Dieu avec son peuple, l'initiative de l'amour personnel sponsal de Dieu pour son peuple élu qui est son épouse.

Pro-existence du Christ et pro-existence de l'homme

Conclusion

Dieu nous a voulus en chemin, et en chemin ensemble.
Jean : « Si quelqu'un dit j'aime Dieu et qu'il déteste son frère, c'est un menteur. » (1 jean 4,20)
« Mais si nous nous aimons les uns les autres, Dieu demeure en nous, et, en nous, son amour atteint la perfection.» (1 Jean 4,12)

Pour aller plus loin

Abel Olivier (Dir.), *Le pardon, briser la dette et l'oubli,* collection Morales, Autrement, Paris, 1991
Derrida Jacques, *Le siècle et le pardon*, Le Monde des débats, Paris, 9 décembre 1999, pp. 10-17
Jankélévitch Vladimir, *Le pardon*, Aubier-Montaigne, Paris, 1967, 1993
Ricoeur Paul, *La Mémoire, l'Histoire, l'Oubli, Seuil*, Paris, 2000, Points Essais, Paris, 2003